

幼 児 の 身 体 活 動 と 運 動 能 力 ～ 遊 び の 質 的 観 察 を 通 し て ～

スポーツ科学課程 00-212 関 春美

I. 緒言

近年、子どもの体力の低下が指摘され、危惧されている。子どもの体力低下の原因は①外遊びやスポーツの重要性の軽視など国民の意識の低下、②生活が便利になるなどの子どもの生活全体が変化してきたことやスポーツに不可欠な要素の減少など、子どもを取り巻く環境の問題、③就寝時間の遅さ、朝食欠食や栄養のバランスがとれていない食事など、子どもの生活習慣の乱れ、となっている。このような点について、蒲らは幼児期からの生活習慣や自由時間の過ごし方は学童期になっても継続され、習慣化されるため、幼児期における悪い習慣が学童期以降にも定着し、運動能力の向上を阻害していると推察している¹⁾。

一般的に運動能力は3歳頃から発達が始まり、10歳ごろまでに決定するといわれている²⁾。また、幼児期の運動神経は幼児の生活の大半を占める遊びによって身に付くといわれている。幼児期は諸機能が著しく発達していく時期であるからこそ、大筋群・体全体を使った走・跳・投が含まれている運動遊びが大切になる。幼児期の運動遊びによって、運動神経の発達は異なった影響を及ぼすため、それを踏まえた幼児教育をおこなうことが重要である。

本研究の目的は、実際に幼児期の段階でその能力に明確な差が表れるのか、幼児の遊びを観察し、遊びの質と運動能力の関係を明らかにする。幼児期においてどのような遊びが身体の発育・発達に効果的であるのか、それを明確にするためにおこなった。

II. 研究方法

1. 対象

金沢大学教育学部附属幼稚園に所属する年長児 59 名に運動能力テストをおこない、そのうち 20 名を幼稚園教諭の助言と資料を基に選定し、時間見本法を用いて遊びを観察した。

2. 遊びの観察

独自で作成した「遊びチェックシート」を用い、1ヶ月(9月30日から11月4日)の期間でおこなった。観察記録は遊びの内容の他に、その日の天候や気温、遊んでいる場所・姿勢・遊びへの関わり方について記述した。また、それ以外にもそのときの遊びの様子を補完できる情報について記録した。さらに客観性をより高めるために幼稚園教諭の日常観察における観察児の傾向や特徴を伺い、参考にした。

3. 運動能力テスト

幼児用テストとしての25m走、ソフトボール投げを屋外種目、握力、体支持持続、立ち幅跳び、反復横跳び、閉眼片足立ち、長座体前屈を屋内種目とした8項目³⁾を、日程を分けて実施した。

4. 分析方法

運動能力と性別に関してはt検定を用いた。遊びの観察結果と運動能力の関連にはパーセンタイル順位を用い、観察をした幼児の運動能力が上位であった種目に対して考察した。

Ⅲ. 結果及び考察—遊びの観察事例—

* 紙幅の都合上、運動能力の結果は割愛した。また、遊びの観察と運動能力の関連については20事例中2事例のみを以下に掲載した。

(1) 遊びと運動能力の関連が顕著であったIくん

Iくんは、毎日の遊びが変化しており、何事にも関心を示し、積極的に活動していることが伺われた。園庭での土堀やポケモンごっこ(その中で腕をぐるぐる回す・ジャンプをする動作を行う)、キャッチボール、固定遊具(雲梯・滑り台など)での遊びなど、いつも全身を使って活動していた。

Iくんの運動能力は敏捷性を除く全ての種目で上位であった。

種目 対象者	25m走 (秒)	ソフト ボール 投げ(m)	握力 (kg)	体支持 持続 (秒)	長座 体前屈 (cm)	閉眼 片足 立ち(秒)	立ち 幅跳び (cm)	反復 横跳び (cm)
I	5.26	11	8	73	38	6.46	129	25

パーセンタイル順位(網掛け→25、囲い込み→50、下線→75)

(2) 遊びと運動能力の関連があまり見られなかった R ちゃん

R ちゃんは、ブランコで二人乗りをしても全くこぐ様子がみられず、座っているだけの状態であったこと。また、立った状態で花をすりつぶし、色水を作るなど、活動性が低いように見受けられた。主だった活動は花や草を摘みに行くときに走っていく程度であった。

R ちゃんの運動能力は協応性、柔軟性、平衡性、敏捷性で上位であった。これは、習い事で体操(鉄棒)をしていることに関連があると考えられる¹⁾。

種目 対象者	25m走 (秒)	ソフト ボール 投げ(m)	握力 (kg)	体支持 持続 (秒)	長座 体前屈 (cm)	閉眼 片足 立ち(秒)	立ち 幅跳び (cm)	反復 横跳び (回)
R	6.62	5	5	18	35	14.89	97	26

パーセンタイル順位(網掛け→25、囲い込み→50、下線→75)

IV. 総括

子どもの実態と運動能力との関連

- (1) 遊びと運動能力には比較的関連があることが認められた。走動作の含まれる遊びをしている子は速度での結果が高く、投動作を含む遊びをしている子は協応性での結果が高いなど、遊びの質によって発達する能力が異なることが推察された。運動能力テストに直接関連する遊びでなくともそれに類似する遊びを行っていても運動能力の発達に効果がある⁴⁾ことも認められた。
- (2) 何事にも関心を示し、積極的に活動することが幼児を全面的に発達させる⁵⁾。そのために最も有効的なものが固定遊具での遊びであることが本研究を通じて明確化された。本幼稚園には滑り台、のぼり棒、雲梯、縄梯子などが一つになっている固定遊具があり、そこで遊んでいた子の成績は全体的に上位の成績を残していた。
- (3) いろいろな動作を含んで遊ぶ子の運動能力が比較的バランスよく発達していた。偏りなくいろいろな遊びを体験する子の方が全体的に運動能力を発達させるのではないかと推察する。

V. 結論

- (1) 幼児の段階でも運動能力には明確な差が現れることが認められた。それは、遊びの質に関連していることが推察された。
- (2) 運動能力を全面的に発達させるのに有効なものは固定遊具での遊びであることが認められた。また、固定遊具でもその中で多くの動作ができるものがより好ましいことが推察された。

VI. 今後の課題

- (1) 幼稚園教諭より観察児の特徴や傾向を話していただいたが、本研究の方法論を用いる場合には、より客観的な観察のために複数の観察者を置く必要がある。
- (2) 観察する幼児の人数の検討をする必要がある。本研究のように観察者が一人の場合は3名程度が妥当であると考ええる。
- (3) 観察の期間、運動能力の実施回数をもっと経時的に見ていく必要がある。運動能力テストは観察のはじめと終わりの2回おこなう。
- (4) 運動能力テストの実施に際しては、幼児によりわかりやすい説明をする必要がある。幼児に確実に理解させなければならない。
- (5) 本研究に際して、類似した方法論を用いた先行研究が少なく、客観性に欠ける部分があった。本方法論のようなアプローチでの資料が蓄積され、因果関係が普遍化されることを望む。

<引用・参考文献>

- (1) 蒲真理子，宮下恭子：幼児の運動能力と生活及び遊びとの関連，北陸体育学会紀要，39，17～27，2003
- (2) 高石昌弘，樋口満，小島武次：からだの発達—身体発達学へのアプローチ—，大修館書店，2000
- (3) 郷司文男，小林久美：幼児期における生活状況と運動能力の関係，宮城学院女子大学・同短期大学附属幼児教育研究所研究年報，9，63～70，2000
- (4) 佐藤光毅：幼児の運動能力の発達に関する研究—運動遊びと運動能力について—，弘前大学教育学部紀要，50，61～71，1983
- (5) 神野稔：幼児の遊びと運動能力に関する研究，近畿大学教養部研究紀要，25，187～201，1981